Enhance Book

コンタクトレンズ診療における患者マネジメント 初診編

監修：道玄坂糸井眼科医院院長　糸井素純

はじめに

最近のコンタクトレンズの進歩は目覚しいものがあります。使い捨ては当たり前となり、新しい素材も登場し、コンタクトレンズ自体の安全性は確実に向上しています。しかし、コンタクトレンズでトラブルを起こす患者が減っているようには感じられません。なぜでしょう。それは、技術が進歩し安全性が向上した反面、コンタクトレンズ診療を安易に考える風潮が広がったことも要因のひとつではないでしょうか。

コンタクトレンズは人体にとって異物であり、その異物を目に直接のせて使用するものです。安全に使用するためには、十分な知識と経験を持った専門家による管理、指導が欠かせません。この小冊子では、「コンタクトレンズ診療における患者マネジメント」として、説明、指導の考え方と、実際の方法について説明します。

道玄坂糸井眼科医院院長
糸 井 素 純

コンタクトレンズ診療における患者マネジメント 初診編

1 患者マネジメントに対する心構え

コンタクトレンズ診療における患者マネジメントとは、眼科医が中心となって、スタッフとともに患者にコンタクトレンズ、コンタクトレンズケア、コンタクトレンズ処方の意義、定期検査の目的、内容などについて充分説明し、患者の同意も得て、コンタクトレンズを安全に使わせることです。

1）基本的な考え方

コンタクトレンズは決して安全なものではない

コンタクトレンズ処方に関わる人の基本姿勢は、「コンタクトレンズは決して安全なものではなく、できれば眼鏡を使用してほしい。しかし、コンタクトレンズには美容上の利点だけではなく、光学的にも眼鏡より優れた点が多く、コンタクトレンズを必要としている人たちが少しでも安全にコンタクトレンズを使用できるよう適切に管理、指導をする」ということであるべきです。

コンタクトレンズは単なる商品ではなく医療機器であること、コンタクトレンズ診療は医療行為であること、コンタクトレンズが決して安全なものでないことを、きちんと患者に伝えてください。それが伝われば、説明、指導の半分以上が終わったといっても過言ではありません。

2）患者とのコミュニケーション

挨拶と笑顔

患者と最初に顔を合わせるときには必ず挨拶をしましょう。円滑なコミュニケーションをとる上でとても大切なことです。「おはようございます」これだけでコミュニケーションのきっかけになります。

話をするときには、きちんと目を見て話すことも大切です。きちんと目を見て話を聞き、話をすることがお互いを信用し合う第一歩です。

また笑顔も大切です。笑顔は相手を安心させます。そして、嘘は絶対に言わないことです。

3）患者指導

説明は医師が直接行う

重要な説明は医師が直接行うことをお勧めします。医師による説明がもっとも説得力を持ちます。スタッフはその補足説明や、より詳細な説明をするようにしてください。説明の際にリーフレットなどの印刷物があると効果的です。

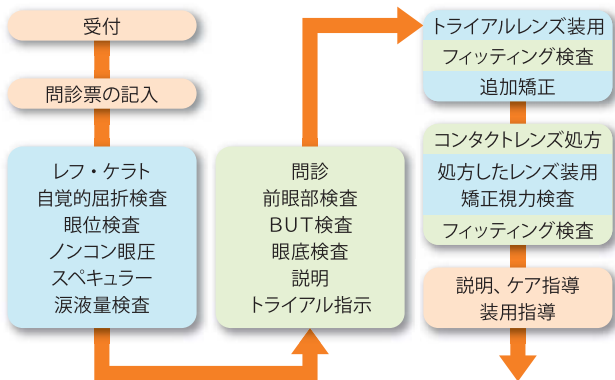
Enhance Program 2

初診時検査

患者とはじめて顔を合わせるのが初診です。最近はインターネット、TV、雑誌などを通じてコンタクトレンズに関する情報が氾濫し、簡単にさまざまな情報を得ることができます。しかし、その中から正しい情報だけを取り出すことはなかなかできません。

正しい情報を患者に知らせ、理解させる最初の機会が初診のときです。初診時に適切な説明、指導をすることが患者マネジメントでもっとも大切であるといえます。

コンタクト診療、初診時の基本的な流れ

Enhance Program 3

初診時の問診

- 患者が来院し、最初にすることが問診です。問診で多くの情報を収集することで、処方後のトラブルを最小限にすることができます。

- 問診の項目は、来院理由、コンタクトレンズ使用歴、コンタクトレンズ使用状況、既往歴など多岐にわたるため、あらかじめ問診票を作成しておくとよいでしょう。

- 問診票には「希望するコンタクトレンズ」を記入する欄を作りません。これは、患者の先入観だけでコンタクトレンズを決めてしまうことを防ぐためです。

コンタクトレンズ初診問診票（例）

名前＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿ 性別　男　女（○をつけてください）

年齢＿＿才　　生年月日　大正　昭和　平成＿＿年＿＿月＿＿日

職業（仕事の作業内容）＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

以下の設問に対し○をつけてください

1.来院した理由は何ですか

（1）コンタクトレンズの作製（2）コンタクトレンズの検診

（3）コンタクトレンズの調子が悪い（4）目の異常（5）紹介されたので

（6）その他の理由＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

2.1日の平均VDT作業時間（ワープロ、コンピュータ）平均＿＿＿時間

3.市販の目薬は使っていますか

使っていない　使っている（商品名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿）

4.目を洗いますか

洗わない　洗う（水道水　その他＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿）

5.今までに目の病気にかかった（かかっている）ことがありますか

ない　ある（病名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿）

6.今までに下記の病気にかかったことがありますか

（1）喘息　（2）じんましん　（3）アレルギー性皮膚炎　（4）アトピー

（5）花粉症　（6）アレルギー性鼻炎　（7）高血圧　（8）糖尿病

（9）心臓病　（10）てんかん

7.今までに注射や飲み薬やその他の薬で異常が起こったことがありますか

ない　ある　具体的に＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

8.コンタクトレンズを作ったことがありますか

ある　ない

コンタクトレンズを作ったことがある方のみ**うら面**にご記入ください

9.はじめて作ったのはいつごろですか＿＿＿年＿＿＿ヶ月前

10.過去に使用したことのあるレンズの種類は何ですか（複数回答可）

（1）ハードコンタクトレンズ　（2）ソフトコンタクトレンズ

（3）使い捨てソフトコンタクトレンズ

以下は**現在コンタクトレンズ装用中**の方のみご記入ください

11.現在使用中のレンズはいつ作りましたか＿＿＿年＿＿＿ヶ月前

12.現在使用中のレンズはどこで作りましたか

（1）大学病院　（2）病院　（3）眼科医院　（4）コンタクトレンズクリニック

（5）眼鏡店　（6）デパート　（7）その他＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

作ったところの具体的な名称を教えてください

13.現在使用中のレンズを記入してください（なるべく具体的に）

14.現在のレンズはどのくらい装用していますか

1日平均＿＿＿時間位　週＿＿＿日

15.現在のコンタクトレンズの調子はいかがですか

（1）調子よい　（2）視力が弱い　（3）度が強い　（4）近くが見えにくい

（5）二重に見える　（6）かすむ　（7）目が赤い　（8）装用感が悪い

（9）異物感　（10）痛み　（11）涙が出てくる　（12）まぶしい　（13）ずれる

（14）くもる　（15）目が乾く　（16）レンズが汚れやすい　（17）目やにが出る

（18）目が疲れる　（19）頭が痛い　（20）その他＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

16.レンズの洗浄方法を教えてください

・つけおき洗浄システム

使っていない　使っている（商品名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿）

・こすり洗いクリーナー

使っていない　使っている（商品名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿）

17.レンズの消毒方法を教えてください（ソフトコンタクトレンズの方のみ）

煮沸消毒　コールド消毒（商品名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿）

18.定期検査を受けていましたか

受けている　受けていない

Enhance Program

4 問診のポイント

1）来院理由

・問診票でもっとも重要な項目です。来院理由が明確でなければ、適確な処置も指導もできません。診察時に再度内容を確認し、より詳しい情報を得ます。

2）点眼薬、洗眼

・点眼薬や洗眼がトラブルの原因になることもあるため、必ず確認しなければいけません。

・人工涙液以外の市販の点眼薬の乱用は避けさせた方がよいでしょう。また、洗眼剤や水道水で洗眼をしている場合は直ちに止めさせるよう指導します。

3）コンタクトレンズの種類

・これまで使用していたコンタクトレンズの種類は重要な情報です。直前まで使用していたレンズの名前を聞いてください。

・自分が使用しているコンタクトレンズの名前を正確に把握していない患者は、コンタクトレンズに対する意識も低く、コンプライアンスも悪いと考えた方がよいでしょう。

・また、使い捨てソフトコンタクトレンズや2週間交換ソフトコンタクトレンズなどでレンズの度数などがわかる場合は確認しておきます。

4）レンズケア

・レンズケアがトラブルの原因になっていることも多いので、使用している製品、ケアの方法について正確に聞く必要があります。必要があれば、実際にケアの動作をしてもらい、確認してください。

Enhance Program

5 コンタクトレンズの説明（処方前の説明）

処方する前に必ずコンタクトレンズについて説明します。説明するべきことを以下に示します。

1）コンタクトレンズとは

・まず、コンタクトレンズに関する全般的な説明をします。コンタクトレンズと眼鏡との違い、コンタクトレンズによる眼障害についてなどを説明します。ここでもっとも重要なことは、コンタクトレンズは眼鏡と違い、直接目の上にのせるため、使い方を誤ると大きな事故につながるものであることを理解させることです。一般の人はコンタクトレンズ装用が眼障害の原因になるとは考えていません。少なくとも、自分の身に起こるかもしれないという認識は持っていないものです。まずこの意識を変えさせることが、安全にコンタクトレンズを使わせる第一歩になります。装用スケジュールを守り、レンズケアを説明通りに行い、定期検査を受ける動機になるのです。

2）眼鏡との併用

・眼鏡はコンタクトレンズの装用時間を短くするため、あるいは、目の状態でコンタクトレンズ装用ができないときに必要です。

・コンタクトレンズを使う人の多くは眼鏡を使いたがりません。眼鏡がいやでコンタクトレンズを作るのになぜ眼鏡を作る必要があるのですか、という人もいます。眼鏡がないと、眼障害が起こったときや目の調子が悪いときにも無理をして装用してしまいます。そのため軽度な障害も重篤な障害にいたることがあります。きちんと眼鏡の必要性を説明し、眼鏡を持たせなければいけません

3) コンタクトレンズの種類

- ハードコンタクトレンズ、ソフトコンタクトレンズの違い、それぞれの長所と短所について説明します。さらに、ソフトコンタクトレンズでは、従来型、1日使い捨て、2週間交換、定期交換などの使い方の違いについても説明します。

4) コンタクトレンズのケア

- レンズケアの説明をするときには、コンタクトレンズは汚れるものであること、そしてその汚れがコンタクトレンズによる眼障害の主な原因になっていることを認識させます。
- 具体的なケアの方法は、処方後に説明します。

5) 定期検査

- 定期検査の主な目的はコンタクトレンズによる眼障害の予防と早期発見であり、それに伴う説明、対処、指導です。
- 適正なレンズ度数も、目の状態によって変動するため、定期検査で確認が必要であることを説明しておく必要があります。定期検査は原則的に3ヶ月に1回であることも伝えます。
- コンタクトレンズの危険性について理解していれば、定期検査も比較的すんなりと受け入れられます。

子供とコンタクトレンズ

最近、小学生以下の子供に対するコンタクトレンズ処方を求めて来院する親子連れが増えています。医学的適応以外は小学生以下の子供にコンタクトレンズは処方すべきではありません。しかし、サッカーやバレエなどでコンタクトレンズを装用しなければならない事情もあります。そのようなときには必要な時間だけ（サッカーの練習や試合のときだけなど）、1日使い捨てソフトコンタクトレンズを使用するよう、子供本人と約束を交わして処方するようにしましょう。「絶対1日2時間以上つけちゃだめだよ」などと直接本人に説明します。また、1日使い捨てソフトコンタクトレンズであっても100%安全なものではないことを親に充分説明することも忘れてはいけません。

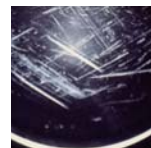
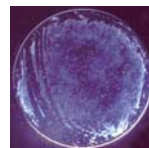
6 コンタクトレンズの説明（検査結果の説明）

予備検査終了後、その結果にもとづいた説明をします。そしてそれは来院理由に即したものでなければなりません。

1）コンタクトレンズの処方を希望している場合

- 検査結果やコンタクトレンズの使用環境、生活環境などをもとに、どのタイプのコンタクトレンズが適しているのかを説明します。
- 「あなたの目にはこのレンズがよいのではないでしょうか？」と装用するコンタクトレンズを提案してください。反対に合わないレンズがある場合は、その理由も説明してください。その上で患者が希望するコンタクトレンズを聞きます。最終的に装用するレンズの種類を決めるのは患者自身です。このような流れでコンタクトレンズを選択すると、患者は「医師が勝手に決めた」と思うこともないですし、自分の思い込みだけでコンタクトレンズを選択してしまうことも少なくなります。
- ①使用環境、②近視か遠視か、③乱視はあるか、④アレルギー性結膜炎の有無、⑤涙の質と量、⑥装用感、などの要素から最適なコンタクトレンズを考えます。
- 今までコンタクトレンズを使用していた場合は、そのレンズに対する訴えも考慮に入れます。
- 処方度数の決定には細心の注意が必要です。快適な矯正視力を得るために、患者の希望を聞きながら、適切な助言や説明を行うことが大切です。あらかじめ、仕事内容、生活環境、いつコンタクトレンズを使いたいのか、何を見たいのかなどを確認しておく必要があります。年齢も考慮に入れなければなりません。室内の生活に合わせて、0.5D ～ 1.0D程度弱く合わせることや、近方に合わせて、1.5D ～ 3.0D弱くすることもあります。モノビジョンに合わせることもあるでしょう。これを決めるには、患者とのコミュニケーションが重要なことは言うまでもありません。

2）今までのコンタクトレンズでトラブルが生じていた場合

- トラブルの原因を検査結果などからできるだけわかりやすく説明します。
- レンズ度数、ベースカーブ、レンズ径などを測定したり、レンズの状態を観察すれば、トラブルの原因を特定しやすいでしょう。レンズやパラメータの変更が必要な場合は、その理由を患者に説明します。
- 使い捨て、2週間交換、定期交換レンズであれば、そのレンズデータも参考になります。
- レンズに傷や汚れがある場合実体顕微鏡などを使って患者に見てもらえれば、患者も原因を理解することができ、その後のコンプライアンスの向上が期待できます。

HCLキズ

SCL汚れ

3）近視過矯正の場合

- 近視過矯正がトラブルの原因になっていることも少なくありません。しかし、一般の人に過矯正と言っても何が悪いのか理解できないことが多いので、できるだけ丁寧に説明してください。
- 過矯正では、「眼が疲れる」「頭痛がひどい」「肩こり」「眼が痛い」「眼が乾く」などの訴えが多いのですが、自覚症状がないこともあります。
- 過矯正でレンズ度数を下げる場合は、一度に下げるのではなく、徐々に時間をかけて下げていきます。一度に下げると、遠くが見えにくくなり必ず不満が出ます。最初は不満が出ない程度に度数を下げ、様子を見て、次回来院時にさらに下げるようにしていきます。

7 コンタクトレンズの説明（処方後の説明）

　実際に処方したコンタクトレンズの説明や使用するケア用品の説明、装用スケジュールなどについて詳しく説明します。また、はじめてコンタクトレンズを使用する患者には装用指導も必要になります。

1）処方したコンタクトレンズについて

- レンズに付属している取扱説明書と患者向け添付文書を使用して説明します。
- 使い捨て、2週間交換、定期交換レンズであれば、1枚のレンズで使用できる期間をしっかりと説明し納得させます。使用期間を過ぎて装用することが重篤な眼障害につながることを正しく理解させます。

2）装用スケジュールの指導

- ソフトコンタクトレンズの場合、できれば1日12時間以内の装用を勧めます。最長でも1日16時間を超えた装用はしないように指導します。週に1日は、コンタクトレンズを装用しない日をつくり、週5～6日以内で使用するようにしたほうがよいでしょう。
- ガス透過性ハードコンタクトレンズやシリコーンハイドロゲルレンズは1日16時間以内で装用するよう指導し、連続装用はできるだけ避けます。
- ハードコンタクトレンズをはじめて使用する患者は異物感に慣れるまでは必ず毎日装用するように指導します。毎日装用していれば、多くの人は約1週間、長くても約1ヶ月で異物感が気にならない程度まで軽減することも説明します。レンズへの慣れは、定期検査で確認します。

3）レンズケアについて（使い捨てソフトコンタクトレンズ以外）

- 使用するケア用品は、患者の目の状態や使用するコンタクトレンズの種類に応じて医師が指示します。その使い方などをスタッフが説明すれば、効率よく指導ができます。
- ケアの説明で重要なことは、ハードコンタクトレンズでもソフトコンタクトレンズでもこすり洗いを強調することです。
- MPSは当然こすり洗いが必須ですが、MPSをつけおき洗浄と勘違いしている患者がいますので、正しく説明します。
- 過酸化水素消毒剤でもできるだけこすり洗いをするよう指導します。特にシリコーンハイドロゲルレンズは脂質汚れが付着しやすいのでこすり洗いを勧めたほうがよいでしょう。
- シリコーンハイドロゲルレンズは消毒剤との相性がありますので、MPSを使わせる場合には銘柄を指定しておくことも大切です。
- ハードコンタクトレンズに使用できるつけおき洗浄（タンパク分解酵素剤）は洗浄効果が不十分なことが多いので補助的に使用し、必ずこすり洗いを行うよう指導します。
- レンズケアを説明するとき、取扱説明書の写真や図などを用いることが多いと思いますが、こすり洗いの方法などは実演し、患者にも実際に行ってもらう方がわかりやすいものです。

4）次回来院日の指示

・はじめてコンタクトレンズを使用する患者の場合、装用開始から1〜 4週間後に、コンタクトレンズをすでに使っている患者の場合、約1ヶ月後に最初の検査を受けるよう指示します。その後は眼科医の指示に従って定期検査を受けるよう伝えます。

・定期検査などの次回来院日はきちんと指示したほうがよいでしょう。

・具体的に「来月また診させてください」「次回は、夏休みに入ったくらいに検査に来てください」などと指示した方が、来院率は高くなります。日本には四季があり、季節が変われば目の状態も変わるので、3ヶ月に1度の季節ごとに、定期検査が必要であることを説明します。

・使い捨て、2週間交換、定期交換ソフトコンタクトレンズは最長でも3ヶ月分までしか処方しないようにします。これは、3ヶ月以内に定期検査を受けさせるためです。

何事も、はじめが肝心と申しますが、患者マネジメントも初診時が肝心です。コンタクトレンズを安全に使えるか否かはこのときにかかっています。

定期検査における患者マネジメントは、「患者マネジメント 定期検査・アフターケア編」で解説します。

Enhance Program とは、クーパービジョンが提供する啓発・情報提供プログラムです。

**「見る」という日々の経験をもっと素敵なものに…。
クーパービジョンでは、この思いの実現を目指し、
アイケアプロフェッショナルのみなさまと患者さまとの
より深い信頼関係づくりのお手伝いをさせていただきます。**

プロフェッショナルサイトのご紹介

クーパービジョンプロフェッショナルサイトでは、「オンラインセミナー」「Dr. Salmon ニュースレター」「Enhance Web Magazine」など、診療に役立つ情報をご提供させていただいております。

クーパービジョンプロフェッショナルサイトはこちら
http://www.coopervision.jp/professional/

クーパービジョンのホームページはこちら
http://www.coopervision.jp